

BURGONYAPOGÁCSÁK PIKÁNS PARADICSOMSZÓSSZAL 🍅 🥔 🍊 🧄 🥕 🌿

Hozzávalók:

1 nagy darab burgonya, kb. 15-20 dkg

2 fej vöröshagyma

3 gerezd fokhagyma

1 pohár (200 g) zabpehely

1 pohár forró víz

fél evőkanál só

csipet őrölt bors, kurkuma,

1 evőkanál olívaolaj

A paradicsomszószhoz:

2 dl paradicsompüré vagy 2 evőkanál paradicsomsűrítmény+ 1 pohár víz

1 közepes sárgarépa

2 fej vöröshagyma

1 gerezd fokhagyma

1 evőkanál olaj

só, szárított zöldfűszerek, mint bazsalikom, oregánó, kakukkfű, rozmaring

Elkészítés:

A burgonyát és a hagymákat, sárgarépát megmossuk és hámozzuk. A zabpehelyt egy tálba öntjük, majd felöntjük a forró vízzel, és állni hagyjuk 10 percig. Ezalatt a burgonyát nagy lyukú reszelőn lereszeljük, a hagymát és a vöröshagymát finomra reszeljük. 10 perc után hozzákeverjük az áztatott zabpehelyhez, fűszerezzük, alaposan összekeverjük. Evőkanál segítségével kis pogácsákat formázunk a masszából, melyeket egy vékonyan kiolajozott serpenyőben, közepes lángon elősütünk, amíg mindkét oldala szép aranybarna lesz. Egy tányérra szedjük. Elkészítjük a paradicsomszószunkat. A vöröshagymákat felaprítjuk, és olajon megdinszteljük kb. 5 percig, a végén hozzákeverjük a fokhagymát is. A sárgarépát is lereszeljük és a hagymához keverjük, míg kissé megpuhul. Hozzákeverjük a paradicsompürét, sózzuk, fűszerezzük, és összeforraljuk. Ekkor beletesszük a burgonyapogácsákat és 10-12 percig főzzük. Tálaljuk.

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK! ÉS JÓ EGÉSZSÉGET!